



“知っているだけで楽になる！”

家族にあったお片付け

講師 ライフオーガナイザー 植田洋子



ライフオーガナイザーとは・・・

家事代行型の整理収納サービスとは一線を画す、本格的な思考の整理からはじめるコンサルティング型の片づけ支援サービスを提供するプロフェッショナル。暮らしを最適化するための考え方「ライフオーガナイズ(一般社団法人日本ライフオーガナイザー協会の造語)」をベースとした思考や感情の整理からはじめる綿密なコンサルティングと、住む人自身が使いやすく戻しやすい仕組みづくりが特徴、暮らしのストレスを軽減し、有意義な人生を生きられる人を増やすことを目指して活動している。アメリカでは一般的に認知されている職業。



片付けは目的ではなく手段♪片付けの目的は、家族みんなが心地よく幸せを感じながら暮らすこと。

楽な片付けとは、簡単にリセットができ、片付けしやすいしくみができている状態のこと。

仲よし親子につながる行動を知ること。

心に残った植田さんの言葉・・・

- * 思春期に親ができるたった一つのことは「お母さん結構話せるじゃん」という立場にいること。
- * 思考、行動、感情のうち一つ変わると状況が変化する。
- * 片付けとは、家族みんなが心地よく日々幸せを感じながら暮らすこと。
- * 1日1共感を1年間続けてみる。
- * 家族であってもそれぞれ利き脳が違うので片付けの仕方が違う。

参加者の声・・・

- ・同じ年頃のお子さんをもつ植田さんのお話、とてもわかりやすく、なるほどと思うことがたくさんあり、参加できて良かったです。
- ・今回のお話を家族で共有できるような会話をする時間を作りたいと思います。
- ・「片付け」の講座、「親子関係」の講座として別々に話を聞きたいくらい、興味深いものでした。
- ・新しい言葉をいくつか聞くことができ勉強になりました。特に共感とACRを実践していきたいと思います。
- ・片付けは自分(母)がやらなければならないものだと思い込んでいましたが、今回利き脳を知り、楽しみながら家族にあった片付け方法で各自楽しくやれたらなと思いました。

脳の仕組みには、4つの利き脳タイプ 右右・右左・左右・左左 がある。

